

# اؤلاري حب يب

اجازة الصيف ٠٠
 ٢٤ ســاعة ٠٠ كيف
 تقضيها كل يوم ؟!٠

بعد النجاح تشعر انك اديت ما عليك ، وان من حقك الانطلاق والضروح ، الذهاب الى النسسادي ، السينما ، المسرح ، ان تقرا وتجلس أمام النليفزيونكما يحلو لك ، وان ٠٠ وان -انما تصور أن عليك واجيا نحو اهلك ٠٠ اهل بلدك ٠٠ وانك تستطيع ان تقف جنديا في حرب ضد الامية • • فقط تعلم خلال الاجازة شخصا واحدا ، حرم من قرصية ومتعة أن يفتح عينيه على نور القراءة والكتابة ٠٠٠ انها مسئولية كل من كانت لديه فرصة للتعلم • •

ثق انك سوف تشسعر بسعادة هائلة ، بعد اداء هائلة ، بعد اداء هائلة ، بعد اداء والسعادة قدرة على العطاء تنبع من نفوسنا ، ولا يمكن ان نشتريها باى ثمن من فقط جرب العطاء ، اضمن لك الاحساس بالسعادة ، بلا حدود . . .

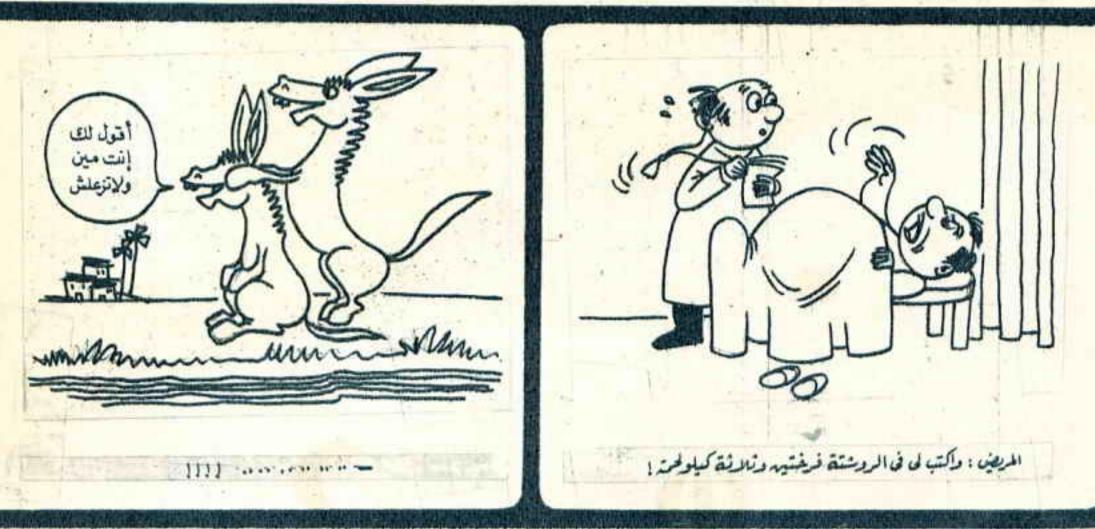
كل حبى ماما لبنى

Thee john is lin me les!

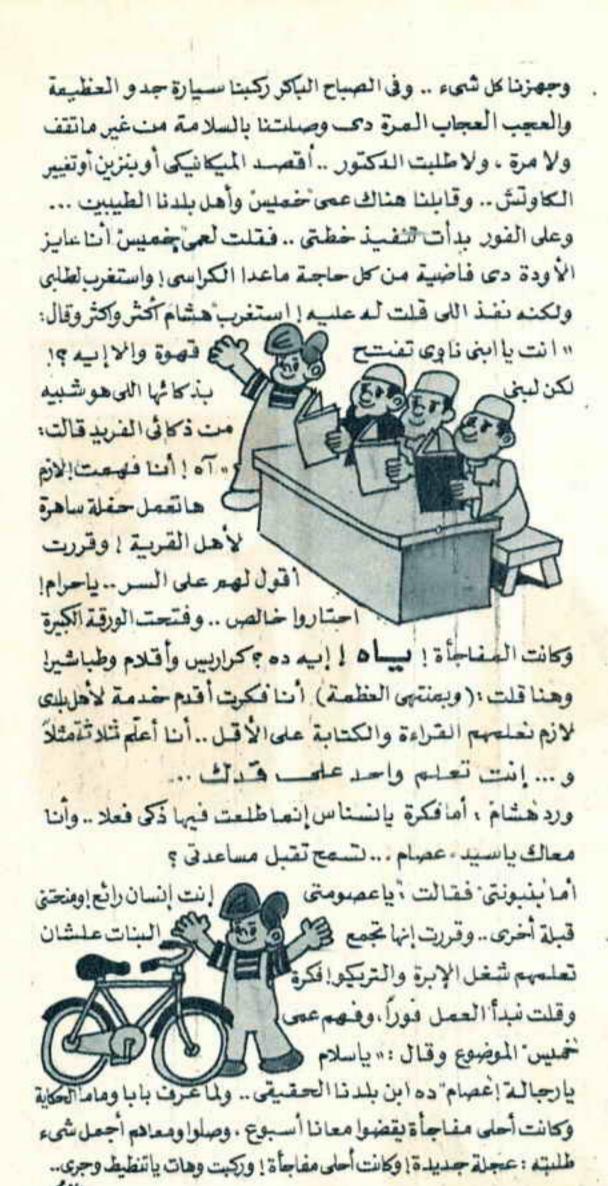
وخرج "هشام "عت وقان وهلل فرحاً لهذا الخبر .. وأخذت قبلة من بنبونتي تستاهل مليون جنيه .. وقعدنا نفكر في الاستعداد لهذه الرحلة "هشام " قرر ليشترى بندقية حسيد علنان بعطاد عصافير وبط .. أما البني " بطريقة ععلية قامت على المكتبة وبدأت تفرز بحماس الكتب الأدبية والقصيص لكبار الكتاب ..

باالهم اإنت محتاجة عربية كاملة ننقل فيها الكتبة .. كل دى كتب ناوية تقريها ... كتب للدكتور ، طه حسين ... توفيق الحكم كتب للدكتور ، طه حسين ... توفيق الحكم وده كتاب ، في بيتنا رجل .. وده كتاب ،

ابتسامة على شفتيه ... ودع رحلات انديس منفور " .. كل ده ؟ إكائن مثقف .. مشكائن بيقضى يومه كلد في اللعب إ (أصل انتكنت واخدالكورة بساله بس .. حاجة تكسف) .. وقعدت أفكر باعصومة تاخداب .. والشطرنج .. وبرضه معاك يسليك ياغصام ، و فكر ياهمام .. ٢٥! البائم .. والشطرنج .. وبرضه









.. لازم يحترم رغبتي ولومرة واحدة فيحياته





وفي تلك الدُشناء...

إياك نلحق ننقذها!

## عصبام - الصحفي الجرئ..

ها.. ها. حضرة الصحفي

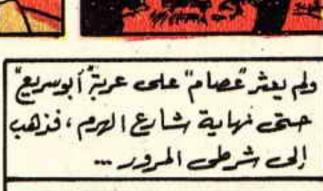
ماخدش باله!





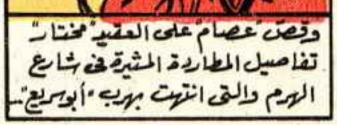














وبعد لحظات ...





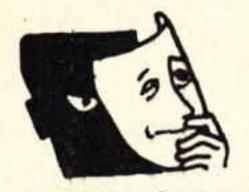




أيوه .. معال يا أفندم ..

أبوه ده رفتع الأستاذ





### - والرجل ذو الوجهين!









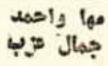












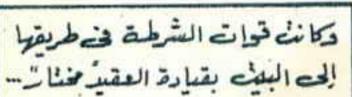


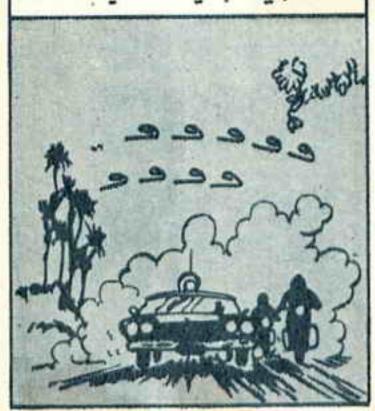






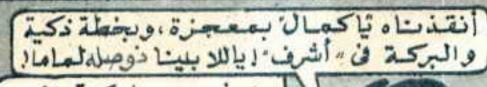


















هدى الناساء، ا

بسم الله الرحمن الرحيم .

«أرأيت الذي يكذب بالدين، فذلك

الذي يدع اليتيم . ولا يحض على

طعام السكين . فويل للمصلين .

الذين هم عن صلاتهم ساهون .

الذين هم يراءون ، ويمنعسون

الماعون " . صدق الله العظيم

هذه السورة تدلنا علىعلاماته.

هو الذي يعامل اليتيم بعنف،

فيدفعه عنه بقسوة ، ويظلمسه

ويدله ، وهو الذي لا يشجيع

غيره على اطعام المسكين . ((المحتاج

الذي لا يجد شيئا ولايملكشيئا»

زائفة لخداع الناس . الماعون:

المروف والمونة ، (( سيورة

الماعون ١١

وهناك نوع اخر ، يشبه هذا

الذي ينكر الجزاء والحسساب في

الاخرة ١١ ٠٠

بلغخب أنك شتمتني

 جاء رجل الى المـــالم الجليل ابن سيرين ، وقال له : - بلغني انك ذكرتني يسوء ! فقال ابن سیرین . ـ نفسى أعز على من دلك . ای آننی لا اسمح اناهبننفسی بهذا العمل القبيح !!

الله مالك كل شحيء

سال رجل عجوز داعی غنم : - ان هذه الفنم ايها الراعي الصفي ؟! أيها الفلام . . ألا تتكلم ؟! اتخشى أباك ؟! . فقال الفلام:

 دعنی اسال ابی اولا .. هل اجيبه يا أبي ؟!

وأشاد الاب الراعي الى ابنه .. اجمه بابنی .. کما تحب .. فقال الفلام:

- ان هذه الفنم ملك لله .. ولكنها أمانة عند أبي !! .. فقال الرجل

ارك الله فيك يابنى .. وفي حرفة رعى الفنسم ، التي





مجسلة الثفافة

سال غلام صغير جده العجوز: \_ هل يعجبك منظرى ف هسده الثياب يا جدى ١١. اتسمعني١١ قال الجد :

 نعم اسمعك ، ولقد ذكرنى سؤالك بعادة فديمة كانت منتشرة بین المرب ، اذ کانوا یحترمون قلائة ولا يحتمرمون ثلاثة من منظرهم فقط !

قال الفلام:

- انت علمتنى أن المنظر وحده لا يكفى يا جدى !!..

> 🔵 صعبح .. قال الفلام:

\_ يحترمون من .. يا جدى؟! پهترمون الرجل الذي يرونه داكباً . . فرسا او جملا مثلا..

والرجل الذى يسمعونه يتكلم بلفة فصيحة جيدة .. والرجل العطر بعطر جميل . .

- ولا يحترمون من يا جدى؟ لا يحتــرمون ثلاثة . . .. كريه الرائحة .. والذي لا يتقن لغته العربية .. والذي يتفلسف بكلام العلماء فيما لا يعلم . .

#### الجهاد

« الجهاد » في سبيل الوطن، الجهاد في سبيل العمل وحيساة الانسان . . كلها جهاد منذمولده .. فهو يجاهد ويحارب الرض، الجهسسل ، ويحارب العادات السيئة في نفسه ، وفي غيره ... ويحارب نفسه ليمنعها من الشر. سئل عمر بن عبد العزيز : \_ أي الجهاد الفضل (فاجاب: \_ جهادك هواك ..





انتهى النصف الاول من العام الدراسى ، وحلت الجازة نصف السنة، ووصل « محسن » خطاب من أبيه يذكره بضرورة الحضيور لقضاء الاجسازة في البلدة بين والديه ، وعلى رصيف المحطة ، كان الرئيس شرف « حنتى » في وداعه ولكنه تسبب في عدم لحاقه القطار .

وماكاد يستقر في مقعدمبركن الديوان قرب النافذة حتى انعزل عن بقية المسافرين ، وانطلق الي نفسه وخيالاته وذكرياته وما حدث له خلال النصف الاول من العام الدراسي !! وكان حنفي افندى يجرى على الرصيف خلف القطار يجرى على الرصيف خلف القطار ويشير الى محسن بعلامات الوداع ويصيح في تأثر بالغ :

- مع السلامة يا محسن !
هذا الرئيس حنفى الــذى كان
محسن ساخطا عليه منذ قليل ! • •
ما اطبيه ! • • لقـــد حمل له
« الطرد » والحقيبة حتى ادخلهما
عربة الدرجة الثانية ، وهويتصبب
عربة الدرجة الثانية ، وهويتصبب

وصل القطار اخيرا الى محطة
دمنهور ، فاطل محسسن على
الرصيية ، فوجد في انتظاره
(( السفرجي » والاسطى احميد
السائق ، وما كادا يلمحانه ،حتى
السائق ، وما كادا يلمحانه ،حتى
تعلقا بجرية القطار وصاحا :
- حمد الله على السيامة

- شيل العفش يا بلال واسبق!
وركب محسن العربةذات الجياد
التى انطلقت به ، حتى اذا بلغ
المنزل وجد والدته تنتظرد باعلى
السلم ، وما أن راته حتى فتحت
ذراعيها ، وما أن شاهدها
حتى أندفع اليها فاحتضائته
بين ذراعيها ، وكلما
فرغت من عناقه عادت اليه! . . .
واخيرا اخذت تتقحصه منراسه

الى قدميه ، وفي النهاية ابتسمت

ـ باسم الله ما شـاء الله :
• انت سمنت يا « محسن » !• •

واخذت تسالمه عن مصر وعن عمته واعمامه ٠٠ وعندئذ دخسل ايوه ، فنهض محسن وهرع اليه يقبل يده ، ثم وقف حتى جلس ابوه : ابوه فجلس وحينئذ سالمه ابوه : ابه يا محسن ؟ ٠٠٠ ازى امتحان نصف السنة ؟ ٠٠٠

فرد محسن قائلا:

- مفيش السنة دى امتحان وسط السنة ٠٠ لغوه !

فقال أبود في شيء من الدهشة والاسف:

م لغوه ؟ ازاى ١٠٠ ما لهمش حق ابدا ٠٠

واخذ يساله عن الدروس وعن السائدته ، وعن امتصان الكفاءة الذى سيتقدم اليه محسن هذا العام مدت مائدة العشاء ، وجلس اليها محسن ووالدته ووالده ... وكان محسن فاقدالشهية لملاكليرغم الالوان المتعددة والاطعمة اللذيذة المرصوصة على المائدة ، ولاحظت والدته قلة اكله فسالته :

- مالك يا محسن ؟ ١٠٠ الاكل مش عاجبك ١٠٠ عند اعمامك الاكل أحسن ؟

فكاد محسن يضحك ، إذ ذكر قصة الفول النابت ، وورك الاوزة الذى قذف به « عبده » من النافذة ومع ذلك فقد كان هذا الفولالنابت

لإيذا في فمه ٠٠ لذيذا وهويلتهمه وبجواره « مبروك » الخادميرشف نصيبه وعيناه الملامعتان ترمقان الدخان المتصاعد ، وخياشيمه تستنشقه في شهية قوية ٠ ثم حنفي الرئيس شرف ، وباقي الجماعة وهم مجتمعون حول هذه القصعة كانها كعية !

ما اسعد الجمساعة ! • • وما احسن تلك الحياة مع «الشعب» • • نعم لهذا كان ياكسل ٠٠ ولهذا سمن مع سوء الغذاء وقلة الالوان وجاء ميعساد النوم وذهب محسن الى حجرته الخاصة ، حجرة جميلة غالية الغرش ، واغلق عليه الباب ، فتسامل محسن ما حوله ، فاذا سرير واحد ، واذا هو وحده بمفرده ، واذا الهدوء شامل ، والسكوت تام ، واوحشه المكان ، وحن الى سريره بجوار اسرة اعمامه في ثلك الفسسرفة « العمومية ذات الاسرة الخمسة، يندشر فيها « الشعب » باجمعــه حشرا ٠٠ واشتد به الحنين ، ولم تمض سروى ليلة حتى ادرك انه كان يقيم في نعيم ٠٠ وأن ما كان هناك هي الحياة ، وما كان أهناها حياة ٠٠ حياة الجماعة تلك ٠٠ حتى في متاعبها ٠٠

استيقظ محسن في اليوم القالي في ضييق ، وقد الحظت والدده سيامه وضييقه فاشارت عليه بالقزهية في العزبية بضيعة ايام ، حيث الارض الان يكسوها البرسيم كالبساط الاخضر ، فوافق محسن مبتهجا ، وامرت والدته باعداد العربة وكل ما يلزم للاقامة ببيت العزبة ! ...

وقبل نهاية اليوم كان محسس ووالدته وبعض الخدم في الطريق الى العزبة ..

وكان في استقبال محسن وامه عدد كبير من العاملين بالعربة وعلى رأسهم الخولي والشيخ: - ياتلتميت الف مرحبة بالبيه الصغير ! • • العزبة نورت • •

وقال شيخ العزبة ولحيته البيضاء الوقور تهتز عندما يتكلم ـ سلامات ٠٠ سـالمات ٠٠ سلامات یا سی محسن ۰۰ سلامات يا حضرة الست ٠٠

واقترب احد الإنفار من محسن وقال له:

حش فاكرني ياسي محسن ؟ ٠٠ انا عبد المقصود اللي كنت توصيني ايام مدرست دمنهور ، احضر لك الركوبة يوم الجمعة ، وتطلع تصطاد السمك في ترعة « أيو دياب » • • مش فاكر • • • بالامارة كنت تركب الجحشسة تص السكة ، وتنزل وتقوللي اركب يا بيه أنا مش تعبان ٠٠ احنسا تزعل وتقول لازم تركب انت كمان

وفي هذه الاثناء كان والد محسن ووالدته يتحدثان مع الناظر والشيخ في شيدون الزراعة ، ويامران وينهيان وناظر العسربة يجيب في ادب :

\_ كل شيء تمام • • والمصارف اجرينا تطهيرها ، والربع القيسلي قصيناه للدرة ، والبرسيم السينة جنابك شايفه ما شاء الله عليه ٠٠ سنة خضرة بقدوم سي محسن! فالتفت رالد محسن الى شيخ العزية وقال :

وانت یا شیخ حسن ۱۰۰ ایه مكاية « عرجاوى » والغفسس والبدو ٠٠ ؟

\_ انتهت على خير ٠٠ مفيش مشاكل ٠٠ صالحناهم على يعض بحضور وكيل العمدة وشبخ الغفى والعزبة هادية بدو وفلاحسين ، صافية لبن ! ٠٠

ووصل الى علم الفلاحات قدوم

وتقدمت واحدة منهن تريد انتتناول يد الست تقبلها ، فنهرتها الست قائلة:

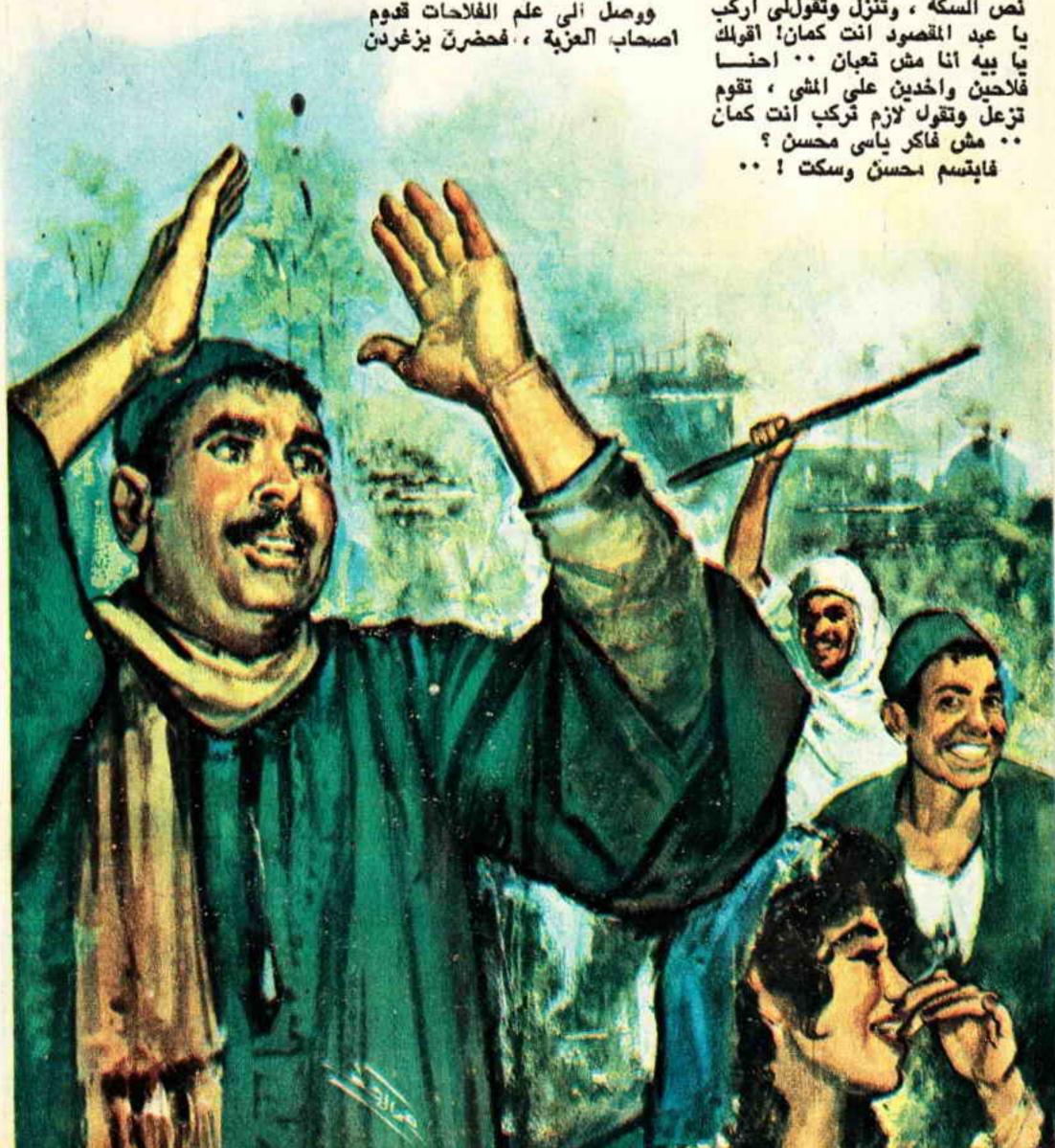
\_ بعید ! بعیــد ٠٠ حاسبی توسخی فستانی ! ۰۰ فأجابت الفلاحة في حلم وبشر ضاحكة الوجه:

ـ يوه ! مش ستنا لازم نبوس ايدها ٠٠ امال نبوس ايد مين ؟ فأشارت السبت بيدها علامة الابتعاد، واقترب محسن منوالدته وقال في تأثر:

- ليه با نينة تطرديهم ؟ ٠٠٠

فاجابت بجفاء وهي بقرب باب البيت :

- حرام ايه ٠٠ دول فلاحين ! والى اللقاء في الحلقة القادمة









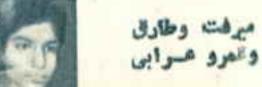










































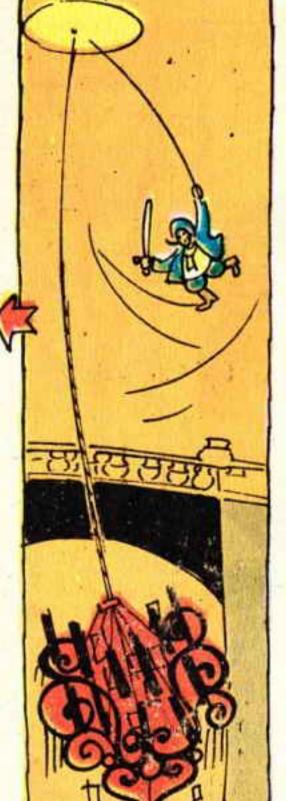


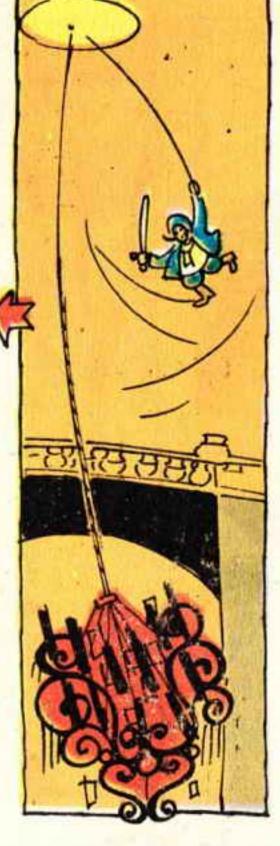


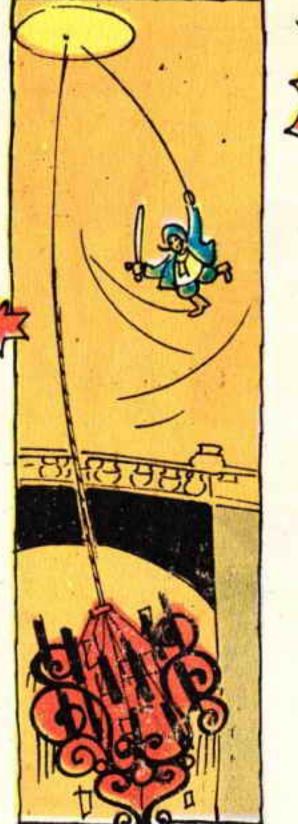


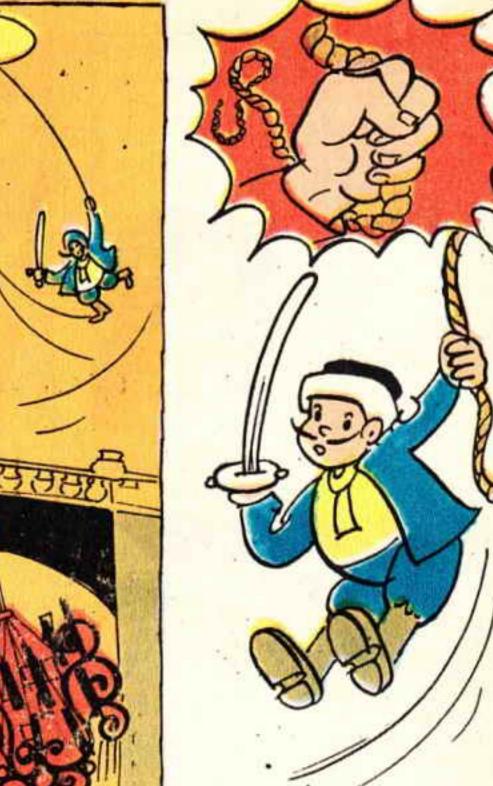


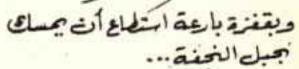
- فیمسك باعدی الستائر ...

























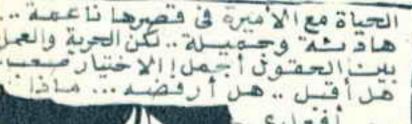
















### المنائزون في مسابقة مث هذا اللاعب (٨)

🚳 كان اللاعب هو (( فرانس ماكنساور " ، ومن بين الاف الحلول الصحيحة فال بالقرعة كل من : حسسن دبيسم «الزقازيق » ، سلامة محمود « جراجوش » ، أيمن فسودى (( المنيا )) احمدمحمود ((بلبيس)) ممدوح أبو الحسن ((الفردقة )) عبد آلقادر العواد (( فارسكور )) محمد عبد الفتاح، احمد وحيد (( الاسكندرية )) القرضاوينبيل (( الداد البيضاء )) ســـهيل لاذقاني (( حماه )) بكتاب أشمال ٦ اكتوبر، وكل من منتصر سالم « باكسوس » روماني لطسفي « سوهاج » بلعبة انتصــار الجيش ، وكل من سعد ابراهيم (( دمشق )) خالد محمسود « القاهرة » رواية وحكاية، وكل من محمد السيد (( طنطا )) ه عاطف عثمان « بنها » ، حنان حسن (( الابراهيميــة )) كيس هدایا سمیر ، وکل من احمسد يعقوب « دمشق » ذكريا أناجي ال حلب ال ، اسماعيل دشساد « الخرطوم » مجموعة طوابع .





#### لحسةالجودو

و رياضة لا تمتمد على قسسوة عضلية كبيرة ، بقدر ما تمتمد على قوة الملاحظة والتركيز .

• شمار هذه اللمية (( اتخد من قوة خصمك سلاحا للايقاع به))

@ ملعب الجودو مسساحته ١٠ x ١٠ أمتاد .

ملابس اللاعبين تتكون من (( الجودوجي )) وهي بدلة لعب الجودو ، وتتكون من سترةواسعة تصل الى منتصف الساق ، وتربط من الوسط بحزام طويل، وأكمامها واسعة ، وممسوع على اللاعبين تربية الاطسافر أو لبس أشياء معدنية .

طُولات اللمبة تقسم الى خمسة اوزان : الخفيف -خفيف المتوسط - المتوسط - خفيف الثقيل .

و يشرف على المباراة ، حكم وقاضيان ، يقف الحكم مسسع اللاعبين داخل الملعب ، والقاضيان خارجه .

الهدف الاساسى من اللعبة، هو الدفاع عبن النفس امام اى خصم حتى لو كان مسلحا ، ومن اصولها ، ان يتوقف المنتصرفورا عندما يبدى الفلوب ما يدل على عدم مقاومته .

التمود على الصبر ، التفسيكير السليم ، والتركيز .

### ٧- مسابقة...أيب الكرة؟

● لقطة طريفة لثنائى الاسماعيلى (( على ابو جريشة واسامة )) وثنائى الزمالك (( ثوح والبرديسى )) وكانهم يؤدون رقصة من رقصات الباليه - والواقع ان كلواحد منهم يبحث عن الكرة . . ويمكنك انت ايضاان تشتوك معهم في البحث عنها . . اهى الدائرة رقم (( ١ )) او ((٢))

اذا عرفت الحل ارسله الى مجلة سمير لتفوزباهدى هذه الجوائز . .

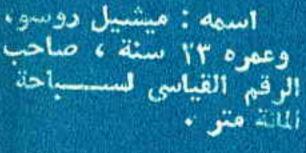
﴿ خُمس جُوائز كل منها كتاب اشسسال ٦ اكتوبر سِ جائزتان كلمنها: لعبةانتصار الجيش - جائزتان كل منهسا شطرنج كرة القسدم - ١٠ شطرنج ١١ ، ١٢ - عقدخرز ١٢ - عقسد بالورد ١٤ - مشطان للزينة - ١٥ ، ١٦ - رواية وحكاية ١٧ ، ١٨ كيس هدايا سمير ١٩ ، ٢٠

• قص الكوبون الخاص بالمسابقة وابعث به الى مجلة محيد الله محمد عز العرب \_ القاهرة في موعـــنا القعــاه ١٦ ش محمد عز العرب \_ القاهرة في موعــنا القعــاه ١٢ - ٧ ـ ٧٠ ، وتنشر اسماء الفائزون يوم ٢٧ - ٧٠ - ٧٠ اكتب عــلى الظرف ،، مسابقة ســـمبر الرياضية . . اين الكرة رقم ٧ »



.. E ... بطل باق \*\* ﴿ مَرْجُونَ فَي دُولُو مِيونِيَجُ

يقدمه: حسن نعيم



 احك لنا حكاينك مع الماء... \_ في طفولتي كنت أقفى خمسسة أشهر كل عام على شاطىء البحسر الى أن علمني والدى السبساحة في سن السابعة .

بماذا تشعر وانت تسبح ? بالسمادة الحقيقية ، أشمر بالحربة والبساطة الشديدة . فمن الضروري أن يتفاون السباح الماهر مع الماء ، بمعنى أن تكون ضربانه متتابعـــــة بانتظام ، ليتقدم في السياحة . .

 کیف بصبح الانسان بطلا ؟ \_ في البداية يجب أن يكون لدي الانسان الاستعداد والامكاني والمروثة . ويجب أن يتدرب كثيرا. وبالنسبة لي بدأت التدريب الجدي في سن السابعة عشرة ، ومنذ ذلك الوقت وانا أتدرب بقوه ، واذا لم بيدا السياح في سن الثامنة فالبطولة عمليا تصبح مستحيلة .

 كيف بعيش البطل ؟ طــول وعدد مرات التدريب ، النــوم ،

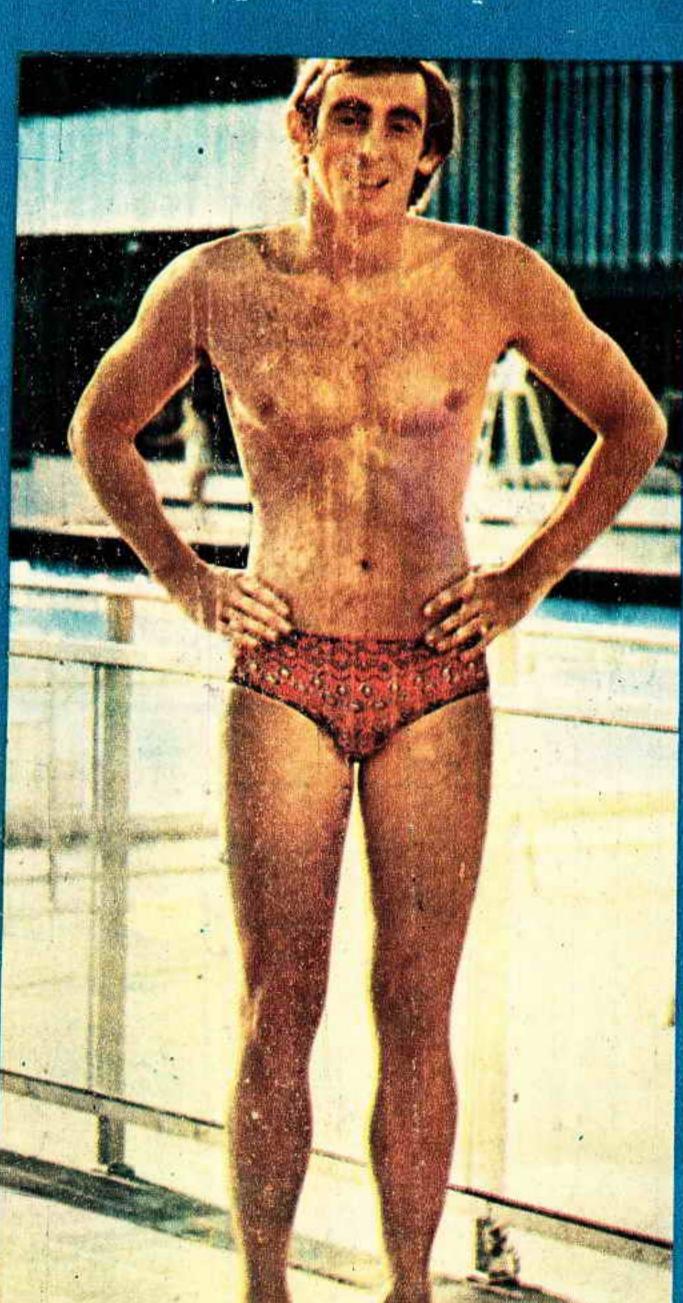
يجب الايفرط البطـــل في أي شيء . بالنسبة لي أتدرب كلاسبوع ١٢ مرة لمدة ساعة ونصف في الرُّهُ ، وانام كثيرا « على الاقل عشرساًعات ف الليلة » . اما بالنسبة للطمام فانا اتبع نظهاما خاصها بجميع الرياضيين .

الم تكن تفضل ان تصبح بطلا في دياضة أخرى فير السياحة ؟ \_ بكل تاكيد الســاحة مرهقة ، ولكن لا يمكننا القول انها رياضسية فاسية بعد النتائج التي حصالت عليها.. الماء هوالذي يجذبني دائما ، ومارست رياضة القوى ، لـكنها لم تجذبني بنفس القوة ،بجانبالسياحة احب أن العب كرة المساء مع اخي « چون بیم » الذی ستبر حالیا من افضل اللاعبين الدوليين في كرة الماء • ما رايك في الاسلوب السلدي

السبن » ؟

تطبقه الولايات المتحده: (( مجموعات

ـ في هلنا النظام يقسم الاولاد الي





فئات حسب اعمارهم ،ليتنافسوامعا، وهذه فكرة جيدة ، وتسمع التنافس اذا كانت التدريبات موضوعة لهمحسب الامكانيات الجسسمانية والنفسسية

 هل الكلور في حمام السباحة بضايق السباح ؟!

" لا يضابق السباح كشسسرا وفي التمرين ، نستعمل نظارات صغيرة من البلاستيك تمنع عنا مضابقته . أما السباحة في البحر فهي ممتعبة اكثراً ، ونتيجة لان كثافة ماء البحر اكدا من الماء العنب، فهذا يساعدنا على السباحة الاسرع وتكون النتائج

ما هي درجة الحرارة المثالية للماء أثناء السياقات ؟

- سواء كان السباق في الهسواء الطلق أو في صالة مقلقة ، فدرجة الحرارة الجيدة هي ما بين ١٧٥٢٥ درجة . فاذا كان الماء ابرد من ذلك فانه يساعد على تجميد العضلات ، واذا كان اكثر سخونة مال السباح الى النوم .

لاذا تضايق الإمواج الصفيرة
 المتسابقين في بعض خطوط الله ؟

ـ لقد اختفت هذه المشكلة الان. فتوجد خطوط من الفلين مصنوعــة بطريقةخاصة للقضاء على تأثيرالامواج

هل تحب القفر من أعلى ؟!
 احب من وقت لاخر ، ولكنها
 ليست متعة كبيرة بالنسبة له .

هل مارست الصيد تحتالماء؟
 طها ، انها احدى هوابانى المفصلة في الاجازة ، وهي رياضية مهتمة ، واستطيع الفوص الى عمق المرا بلا انبوية اوكسجين . .

اذا لاحظه واحد من قرائها
 ان احد زملائه مصاب بضیق فی
 التنفس ، علی شاطیء البحر او فی
 حمام سباحة ، قماذا یفعل ؟

\_ اولا يحاول نقله الى الشاطىء بامساكه من تحت ابطه وجمله يسبح

فوق ظهره . ولكن يجبأن بصنعاكر ضوضاء ممكنة لنبيهه .

و كيف يصاب الإنسان بصدهة في الجهاز الهصبي ؟ وما علاجها ؟ \_ تحدث نتيجة ملامسة حسبة للماء البارد بعد تعرضه عدة طويلة لاشعة الشمس ، أو بعد وجبة طفام نقيلة .. أذ يجب بعد الطفام الراحة لمدة ساعتين على الأقل حتى تتم عملية الهضم بطريقة طبيعية ، والعسلاج بالتنفس الصناعي ،

هل من الخطر الابتماد عن شاطىء البحر ؟

خطر جدا ، فيجب الابتعاد مع أحد الاشخاص على الاقل مع عسدم الابتعاد بطريقة طائشة ، فأمهلسر السياحين في العالم، معرض للاصابة أنناء السياحة ،

هل تشرب ماء كثيرا المحسرين طبعا ، اثناء فترات التمسرين المركزة اشرب حوالي اربعة لتسرات يوميا ، ولا اشرب الا الماء المعسدني وأشربه في غير أوقات الطعام .

 هل تحب الطمام المسلوق ا پیجب ان احبه لانه اسساس ندنش .

لاذا يحب الرياضيون اخلاد دس بعد مجهود كبير ؟
 لان الدش يريح الأعصاب وينظف

الجسم من العرق ثم انه اجراءصحی ضرودی .

هل تحب الصيد ورياض الشراع والرحلات البحرية ؟ وهسل اصبت بدواد البحر أ

لقد كنت صيادا عنيدا تحتسن الثامنة عشرة ثم تركته بعدذلك بسبب الوقت . ثم مردت بفتره تدريب على رياضة الشراع واعجبتنى جدا .اما بالنسبة للرحلات البحسسرية فأنا أحبها جدا واحيانا أهاب دواد البحر ما دايك في الامواج السيوداء

والرمال الحمراء ؟ ـ في رايي يجب اخد اجراءات اكثر شدة فـــــد ناقلات البترول والمصانع التي تلوث المياه .

# بطل أبطال العالم في السياحة

🝙 قصة أبو حيف مع السياحة تبدأ وهو في سن الثانية عشرة من عمره ، فيحكم كونهواحدامن اسرة ابو هيف الشسهورة بالرياضيين بدأ الاهتمسام بالرياضة في سن صحفيرة .. وفي المدرسحسة نزل الى حمام السياحة في احسد الايام ليتملم السباحة ، وبعصد اسبوعين من هذا اليوم اشترلا في بطولة الناشئين ، وجاءتر تيبهالاول في سياق ٥٠ مترا ، وكانت عده اول بطولة لعبداللطياب ابو هيف ومند هذا اليوم تهلكه حب البطولة وفي العشرين من عمره ( عام ١٩٤٩ اشترك في سباقي داس البر - دمياط ، وكان هذا السياق هو اول ما لفت البهالانظارفتميده بالتدريب والرعاية الخبسسير عبدالبالي حسستن ٠٠ ثم أحب السباحة الطويلة وسباقاتها فاشترك سنة ١٩٥١ لاول مرة في مسياق عبور المانش ونجح في عبوره من الشاطىء الفرنسي الى الشـــاطيء الانجليزي ،وفي سنة ١٩٥٣ اشترك في سباق المائش مرة أخرىوسجل رقما قياسيا لم يعققه احد من قبل وقى سنة ١٩٦١ أحرد مركسزا متقدما في سباق الارجنتين ثهاحرز المركة الاول في سباق تورنتسو وکایری ، الی ان کان یسسوم ۲۰ اغسطس ١٩٦٣ فلي هذا اليسوم أعلن عن فوزه باكبر سياق للسافات الطويلة ، سياق بعرة (ا متشموان ۱) بامریکا ، اذ قطم مسافة ٩٩ كيلومترا في ٣٦ ساعة والهرت صعف العسالم تحمسل اسمه ، واسم مصر ، واطلقسوا عليه للنب يطل أبطال المسالم ) ولقب احسن رياضي في العالم . وبحق قان أبو هيفه أسطورة، فالد رفع رءوسنا عالية بين شعوب





# أمين دابو

#### مدوح عادا المخط

الكابتن دابو ؟ • وحياتكم ممكن نكلم

مجلة سمير لا تتعيز لاى ناه

 واعتقد انتصيب نجومالاسماعيل

 مواز لنجوم الاهل والزمالك 

 على كل ١٠ اسمح لنا ندوش

 مماك شوية ١٠ الاسم بالكامل 

 ومواليد أى بلد ؟

ــ محمد أمين دايو ٠٠ مـــولود في القاهرة ٠٠

ف غريبة ! . . انت مش مولود ف الاسماعيلية ؟ . .

ـ لا ۱۰ لكن حب الاسماعيلية مو اللي مولود داخلي

و یا عینی ا ممکن یا کابتن .. محکی یا کابتن .. محکی لنا عن نفسك .. . امی مصریة ، وابی منالسنفال . . من قریة اسمها « جاساماس » وطبعسا معظم اهل موجسودون

و يا ترى ٠٠ زرت الاهل في السنفال ٠٠ واللا صلتك انقطعت

بد مش ممكن صلتى لنقطع بهم د أنا زرتهم ۳ مرات ، وكانت آخر مرة عام ١٩٦٩

الله عالرى • شريكة حياتك حياتك حياتك حياتك حياتك ح تكون من مصر واللا من السنفال؟ - من مصر ان شاء الله • • اقصد الله • • اقصد

مثل "كل الاعبى "كوة القدم ؟ مثل "كل الاعبى "كوة القدم ؟ مرة واحدة فقط في اليوم ...

ماهو طبقك المفضل ؟!.

الله عندى هي طبق شوربة ساخن المسلخ ملوخية بالاراتب ، وشوية بطاطس محمرة «

ا اهم هواياتك بعد الكرة؟ ها الكرة؟



ملاعبنا الذي يطلق لحيته ٠٠ هل تتفاءل بها ؟

- أبدا ٠٠ مي عادة افريقية ٠٠ فمطم رجال افريقيا يربون ذقونهم انت موظف واللا طالب ؟

- أنا طالب بجامعة الازمر ٠٠ ماهي أهم قراءاتك ؟ ...

ـ سماع الموسيقي الغربيـ

الاعب الوحيد في العبد الوحيد في

خصوصا قبل النوم ٠٠

ما يدور حول الدين ٠٠٠ في الوم٠٠٠ أو اخترت لى ثلاثة نجوم٠٠ في الهجوم وفي خط الوسط وفي الدفاع ١٠٠ من من يكون نجم كل خط ٢٠٠٠ من

- اسامة في الهجسوم وفاروق جعفر في الوسط ، ولم يكن هناك نجم دفاع مثل حسن درويش رحمه الله ، وفي رايس انه ليس هناك حارس مهمي أعتبره نجما .

من مسو نجم الكرة الدى المتبره مثلا لك »

ر زمان کان بوبی شارلتون ، و بعدین کانبیلیه اسطورة الکرة ، اما الان فهسو « اوفرات » لاعب المانیاوالذی یلعب فی نفس مرکزی . المانیاوالذی یلعب فی نفس مرکزی . ووزنك ؟ ه . . .

دورات . - طولی ۱۷۳ سنتیمترا ، ووزنی ۱۵ کیلوجراما .

السؤال الاخير ٠٠ مهكن نعرف الأاى لهبت للاسماعيلي ؟

- الكابتن سيد عبدالرازق شيافني وانا بالعب في هركز وعاية الشباب مع فريق المهد الديني ، قيال لي تحب تلعب للاسماعيلي ٠٠ قوافقت٠٠ وهوبا ... أحسب احد لاعبي

الاسماعيان ع

### بطلة العالم في رمح القرص .. مترفانيا مسانات



من مواليد قرية صغيرة تسسمى « باكوت » باقليم اوكرانيا بالاتحساد السوفييتى ، زاولت «ميلنك» تلك اللعبة بالصدفة ! . . فبينما كانت في طريقها للالتحاق بكلية الزراعة شاهدت تمارا بريس بطلة العالم السابقة ترمى القرص بمهارة فغيرت ميلنك رفيتها سريعا . وتركت التربية الزراعية ١٠ الى التربية الرياضية واشتركت في اول مسابقة رسيسمية ، وسجلت ) مترا خلال اربعة اعوام، ثم تحسن رقمها بعقدار عشرة امتاد ٠٠ وفي عام ١٩٧٠ حلث التقدم العظيم ٠٠ فخلال شهر وتصف حسنت رقمها بسبعة امتار اخرى فاصبح ١٦ مترا

وتخرجت في معهد التربية الرياضية وعينت في مدينة « يرفان » عاصمة ارمينيا، وكانت تقفى فترات طبويلة في التدريب بمفردها ، والناء احدى المباريات المعليسة يشاهدها المدرب « كيم يوخاتشسوف » وبتوجيهه وارشاداته التي دكز فيها عبل تقوية المضلات والتوافق الحركي ،بدات ارقامها تنصين حتى حصلت على بطسولة العالم وسجلت اعجازا بشريا مدها د . فقد سجلت ١٩٥٠ متر ٠٠

تقول ميلنك عن لمبتها: ((اندمي القرص لمبة فيها جمال ورشاقة وانسيابية لاتتمادف مع احتفاظ الراة باتولتها » وبعد هسدا نقول : شدوا حيلكم يا فتياتنا مع احتفاظ الراة باتولتها » وبعد هسدا نقول : شدوا حيلكم يا فتياتنا

مياريو : حسن نعيم عدرسوم المحدالتهام

وقف عن المحركة ..

77701)

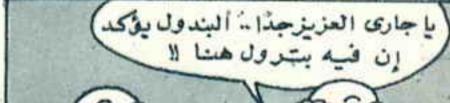
اواقف ليه ١٠ ساك

ليه ؟ .. أذا أعمل كل

الشغل، وابث عاوز

رتكسب على الجاهزا

رادت هشا اا

























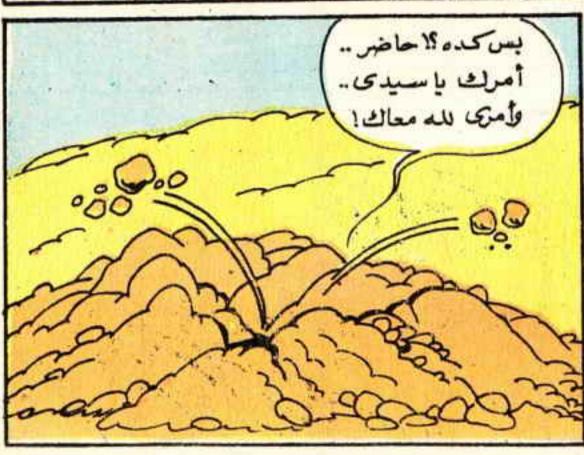


















ایمان محمود

اشرف محمد خلیل

(· (B)















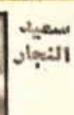




زينب عبد المنعم







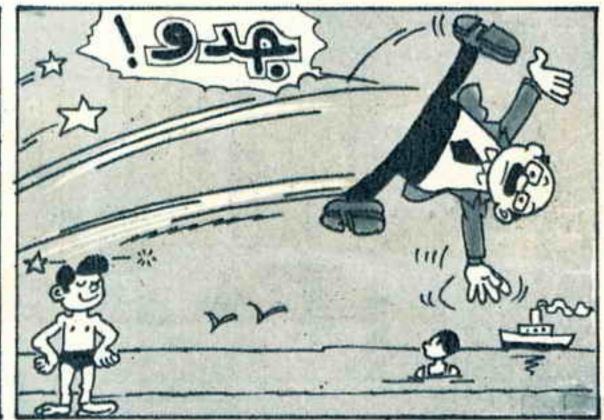


























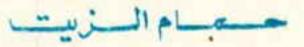




صديقة : هل أنت مرهمة ، شديدة الحساسية ١٩ الإجابة بصراحة عن كل سؤال تعرفين بما تفسك ... والمطلوب الإجابة بنعم أو لا ..

؟ هد تعترفين بأخطائك وعيوبك ؟	١ حل يهمك رأع المناس فيك ؟
ع هل بينها يقلك الاعتذار عن الخطأ ؟	٣ إذا أخطأت، هل تقبلين التوجيد أو التأنيب؟
٦ هـ النت سريعة السبكاء ؟	٥ إذا دار الهمس حولك هل تغضيين؟
٨ إذا غضبت هل تنفجرين بالبكاء ؟	٧ الأغان والأفادم العاطفية هل تستأثرين بها؟
١٠ لوسمعت عن حادث، هل يمكنك سماع المتفاصيل	٩ هـ ل تشورين للنقد أو أن يصارحك أحد بعيوبك؛
الم الوشرب مقلبا من المسحابات هل المن المسحابات هل المن المن المن المن المن المن المن الم	ا لورايت طمع يبكى او كاشنا يستألم الران ا

مر إجابة بنعم ، امنحى نفساك م درجات - وكل إجابة بلا درجة واحدة - وإذا حصلت على أكثر من ٣٠ درجة فأنت مرهفة شديدة الحساسية - من ٥٥ إلى ٣٠ أنت حساسة جدًا - من ٠٠ إلى ٥٥ أنت حساسة مدت ١٥ إلى ٠٠ أنت مادريه - أقسل مدت هذا أنت لا مبالسية . ٠٠٠ عال صادق



وعدتك أن أحكى للكعن العناية بالشعر » في الصيف بالذات ، وحمام الزيت اسبوعيا يفيد الشعر الجاف ، ويجعله ليناويفديه. واليك الطريقة : ا \_ خليط متساومن زيت الزيتون \_ زيت اللوز \_ زيت جوز الهند، و \_ بقطعة قماش مفموسة في هذا الزيت الدافي ، ادهني شعرك خصلة بعد أخرى ، حتى يصل الزيت الى فروة الراس ، وهسكذا حتى يفهر الزيت شعرك كله .

٣ ـ ضعى اطراف اصابعك على منابت الشـــم ، ودلــكى بحركة دائرية ، حتى تشعرى بالحـرادة في جلدة الراس .

؟ \_ اغمرى فوطة وجهد في ماءساخن ، واعصريها ، ثم لفي بهها شعرك حتى يتخلل الزيت المسام .

ه - اغسلی شعراد ، واشطفیه جیدا عدة مرات ، لیلی امین



#### جاتوه الستفاح

نصف كيلو تفاح اخضر ، . . ٢ جرام سكر ، عصير نصف ليمونة ، ٢٠ جرام زبد ، كوب ماء . قشرى التفاح وقطعيه حلقات ، ضمى السكر والماء في اناء ، وضعيه على النار حتى يغلى لمدة خمس دقائق ، ثم ضعى التفاح في الشراب ، واتركيه على نار هادئة حتى ينضج ، ثم اقلبى القالب في اناء اخر وقدميه مثلجا . .



اللهبة يلميها اثنان او اكثر.

- لس حول الكرتونات الاربع ، ثم قص حول الدوائر المرسومة ، لتحصل على على الدنا ، واليك طرقة اللعب :

- اذا لعبها اثنان ، ياخذ كل منهما كرتونتين ، واذا لعبها اكثر من الكين ، ياخل كل لاعب كرتونة واحدة .

- صع الدوائر داخل كيس او صندوق ، او تحت ورقة ، ثم اخلطها

- يبدأ اللعب بالدور × واللاعب الذي يبدأ ، يدخل يده في العلبة التي بها الدوائر ، ويخرج يده ويها دائرة واحدة ، ويقرا اسمها بصوت عال . مثلا يقول : كندوز \_ دراجة \_ هوكى .

اللاعب الذي تحمل كرتونته صورة البطل ، او اللعسمة التي ذكها اللاعب السابق ، يقول بسرعة : لوتو ، وياخدها فورا ويضعها مكانها على كوتونته ، واذا لم يقل لوتو ، ضاعت عليه الفرصة .

- الفائز من يتمكن من تقطية خانات كرتونته أولا أسعد الاوقات مع هدايا سمي .









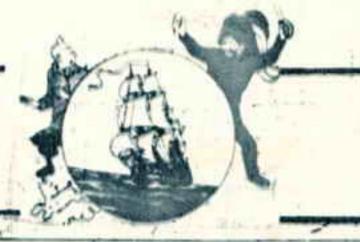












## تعمی و سرالخزیت ؟!

ورجع لبنا وليم بإبيديه فاضية وفجأة تذكر المراجل الشاني اللحب حاول يشتري منك الصركب ...



فعاد إكن بعد ماسلمنا الولنيقة طلب أجر زيادة ، وماكس رفض .. واختلفوا .. فخرج وليم ضفيان وهددنا بإفشاء السر ، فجرسنا وراه بالعربية ، وشفناه وهو بيكلمنكم ... ا



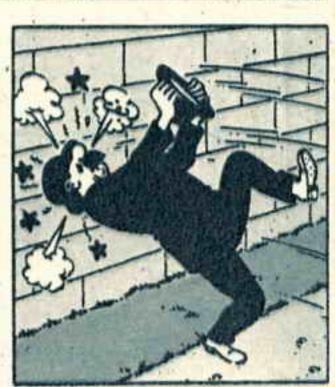
... وخفنا إسكم تعرفوا الحكاية

فتسرع " مكسيم " وأطلق عليه

المناد وهو على عتبة بيتكم!



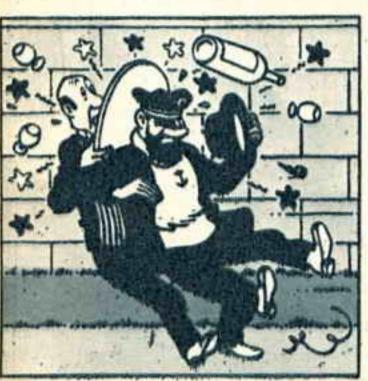














تمكن (( تم تم )) من الاتصال (( بهادوك )) من قصر (( مولان )) قاسرعاليه على الفور ، ولحق به (( تيسك وتاك " وتم القبض على زعيم المصلابة الاستاذ (( عصفور )) وبدأ يعترف لهم تفصيليا بما حدث .

ياخسارة إ انكسرت إ

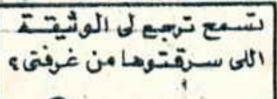
سريشة الفنان العالمي المستريب





واحدة إحتى دى مشربومعانا ... ۱۱ أخذها الاستاذ غصفون .. تكن مكن نسترة ها!

























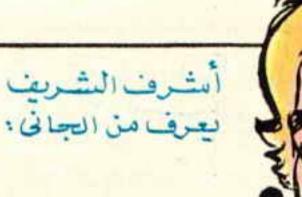






المالهم!

كنشها: أمسيرة شكرج عد رسمها: عفت حسنى



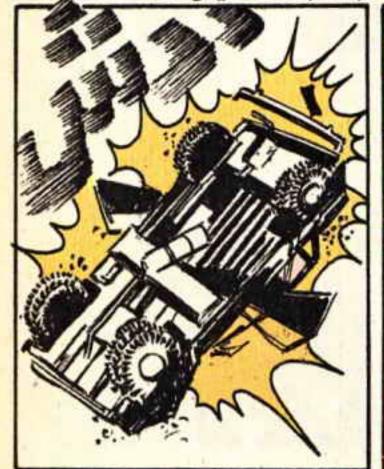




رفجأة ظهرأمامه حمار ...



وأراد أن يتفادع الاصطدام به .. فضغط بشدة علم الفرامل .. وانقلبت بم السيارة ...









# الاصدقاء





🚳 كنت أهوى جمع شرائق الفراش ٠٠ وذات مرة كنيت اتناسع خسسروج احسدى الفراشات من الشرنقية . وكان جهادها يستثير شهسفقتي . . فاحضرت مقصا وقصصت الفلاف الحريري القفل على الفرائسية ، وساعدتها على الخلاص والخروج من الشرنقية . . وكم كانت دهشتى عندما ماتت الفراشية يسرعة ملطلة .. وعندا رويت ما حدث لوالدى قال لى : ان الجهد الذي تبدله الفراشيسة لتخرج من الشرنقة يخرج السيم من جسدها .. واذا لم يخسرج السم ماتت الفراشة .. وكذلك الناس يا بني ، اذا اجتهدوا في سبيل ما يريدون ازدادوا قوة وعزما ، واكتسبوا مقدرةعلى الاستمرار في الحياة .. ولسكن اذا اتاهم مايريدون سهلابدون عناء . . غلب عليهم الضعف وضاءوا في دوامة الحيساة .. وتعلمت بدلك درسا مفيدا .

من الصديق - عادل حامد دمياط - «٤١» ش الجلاء - قملا يا عزيزى عادلاً ١٠٠ الكفاح يزيد الانسان صلابة وقوة دوس مقید . • تستحق من أجله مجلد سمیر . • مبروك » وسيصلك المجلد على منسوانك المدكور .

#### كتشاف المظلة

الله ان اول من ابتكسر المظلة ، دجسل انجليزي يدعى ۱۱ جــوناس هانوای " سنة ۱۷۱۲ م ، وقبل ان يبتكسرها ( جوناس ) عرفهـــا الاغريق والغرس وقدماء المصريين ءوكانت في هذه المصور ترصع باللؤلؤ والزمرد وتجمل لها مقابض من المسلف او الذهب .

وفي القرن السيسايع عشر انتقلت المظلة الى أوربا عن طريق السائحين الهنود ، وتلقفتها النساء يحمين بها ليسابهن الفاليسسة وفي ألقرن الثامن عشر شساع استعمال المظلة وانتشرت وراخت المسانع تتفنن في أشكالها .

محمد الساكت







## الستقيل ياوطني .. وأمحس!

مصر یا وطنسسی دامی افديك بسسروهي ودمي مصر يا ارض الحسربة راح اجيبالك النصر هدية مصر یا ارض اجدادی خفساتی عالی علی ترابشا ٦ اكتسوير عيسه لعيورنا ويوليسو عيسد لنهوضنا ابعسدى عن أرض الحرية يا اسرائيل يا مفسرورة الارض الحسيرة منصورة نادر فؤاد مه د علی الدراسة - القاهرة ا اصفق لك يا نادر.. شمرك رائع .. قليل الاخطاء اهنئك بمستقبل رائع

• امامك ــ ترجـاجات .. ثلاث معلودة .. وثلاث فارغة..هل نسطيع أن تجمل هده الزجاجات وأحدة مملودة . . وواحدة فارغمة المراب .. بشرط ان تحرك زجاجة واحدة مكان زجاجة اخرى ؟؟ ر الصدق - باسين عبد العظيم الصباغ - الوايلي الكبير الحل بالمقلوب

علان الرجاجة دلم وه . الحرك الزجاجة دلم ١٢٥

صبرتی یا مصر وعشتی طول ست سينين محتلة وف ست ساعات اولادلا حرياوا سيينا المحتيله على محمد مصطفى علام سمنود ـ غربية 🕥 ما رایکم یا اصدقائی في هذا الشاعر البخيل . بيتان فقط ١١٠٠ ياعلى اكتب شعرا كثيرا .. واقرآ شعرا اكتر ٠٠ من فضلك .

🕲 في ارشيفي الخاص صورة ارسلها صديقي الوفي ، الذكي ، منذر ابوشمر « دمشق » لاصفر افراد المائلة ، وهي ل (( عيادة )) في محاولة إقناع « ميادة » بتناول طعامها ، الصورة ايفسسا من تصوير مندر وكتب خلفها هذا التعليق (( ما أحلى الابتسامة ، حين ترتسم على وجوه الاطفال ، ما أجمل أن ينطق اللسان بأولى الكلمات:

(( 66 .. 44 فعلا فنان ، بل مجموعة مواهب متعددة تحت اسم (( مندر ابو شمر ۱۱



#### احام الكلام

 مثل من يبيع بلاده ويخون وطنه ، کمن یسرق مال ابیسه والخوته ويطمم اللصوص - فسلا اهله يففرون له ، ولا اللصوص بكافتونه .

اختارها لنا صندبقنا متولى على متولى - كوم اميو - إسوان

الصديقة .. تهـال خلف مصطفى طالبة بمدرسسة : السلطان مصطفى الابتدائيسة غرب القاهرة الابتدائيسة بالسيدة الاولى على منطقة بمجموع ۳۰۰ درجة هوايتها: الاطلاع على سير الشخصيات التاريخية .

حسل: أشرف الشريف

المنشورة العسدد الماضي الجاني هو البواب ، الثار الجرح في يده هي التي البيت أنه الجالي ا



فكرى أباظة بالمد رؤيس اصلعى الإماوة صالع جسودت والمست المتعولا ستسيلة واست وماما لمسيعه ناطب مديرة المنصريو نجيب حسين اسكرتبوالنعوس رمسييس كامسيل وهيب

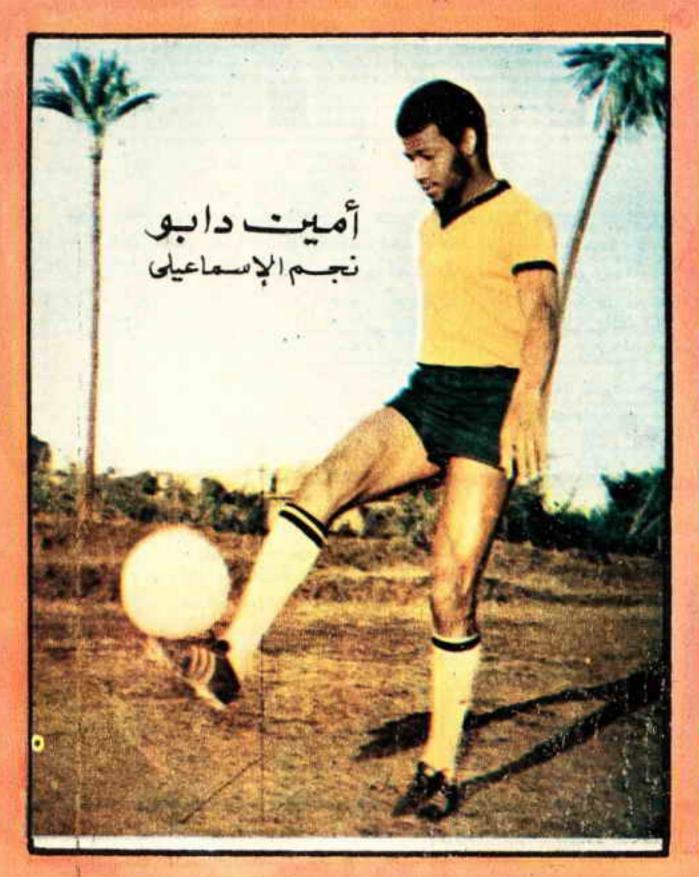
أطلام بالبريد العادى، ونصاف رسوم المستريد الجوى والسجل على الاسعار المعددة عندالطاب

 قال بعض الخلفاء : من اقمدته تكاية اللثام اقامته اعانة

🔵 قال بعض البلقاء : كدر الجماعة خير من صفو الفرقة . ● قال أبو الطيب : غضب الجاهل في قوله ، وغضب العاقل ق فعقه .

🔵 سئل شيخ طرم : كمم قال الا الى العد بالعافية .

س الصديق ؛ خالد جعفر. عبد الله قاسم - العلا - اليمن الدينترافية د





كان نادى الجزيرة الى عهد قريب يهتم بالالصــاب الفردية ، ولكنه الان بدأ يهتم بالالعاب الجماعية ، وهذا هو فريقه لكرةالقدم تحت ١٦ سنة ويدربه الكابتن اسماعيل السمكرى والفريق من اليمين الى اليسار - الواقفون: مصطفى عبد الحميد الشربينى ، هشــام بوسف ، محمد مصطفى ظلعت ، محمد عبد الوهاب يونس ، عمرو عبد القادد عبد العظيم ، عبد المنعم طاهر خليل ، محمد مصطفى مؤمن ، شرين عزت محمد مقبل . الجالسون ٬ طاهر نصر حبيب ، هشام رامز عبد الحافظ ، محمد غالب وفاء الدين ، حازم محمد على حامد ، وليد محمد فخر الدين ، واقل سمير محمود ، يحيى ذكريا عبد العزيز.

